



4. Merkerser Kristallmarathon

Merkers / 28.02.2010

evaluación detallada

Zschäbitz, Ralf

Asociación: Philippsthaler Landgrafen

Dorsal: 54

recorrido: 22.75 km

Halbmarathon

categoría:

Männer M45

tiempo total: 1:55:50

velocidad: 11.40 km/h

rendimiento en carrera: 5:05 min/km

posición en el recorrido/Total: 3 (de 7)

posición en el recorrido/Men: 3 (de 6)

mejor tiempo del recorrido: 1:48:49

posición en la categoría: 2(de 3)

mejor tiempo en la categoría: 1:48:49

tiempos parciales

stage score

Total score

| control | etapa km | etapa tiempo | etapaposisió min/km | stage score | | | | Total score | | | | | | |
|------------------|-------------|-----------------|------------------------|-------------|----------|---------|----------|-------------|-----------------|-------------------|---------|----------|---------|------|
| | | | | retraso | posición | retraso | posición | Total km | Total tiempo | Total posición | retraso | posición | retraso | |
| | | | | Men | Men | Men | Men | | | | | Men | Men | |
| vuelta 1 | 3.25 | 13:48 | 4:14 | 1 | - | 1 | - | 3.25 | 13:48 | 4:14 | 1 | - | 1 | - |
| vuelta 2 | 3.25 | 14:59 | 4:36 | 2 | 0:08 | 2 | 0:08 | 6.50 | 28:47 | 4:25 | 1 | - | 1 | - |
| vuelta 3 | 3.25 | 16:27 | 5:03 | 2 | 1:01 | 3 | 1:01 | 9.75 | 45:14 | 4:38 | 1 | - | 1 | - |
| vuelta 4 | 3.25 | 16:38 | 5:07 | 2 | 1:19 | 3 | 1:19 | 13.00 | 1:01:52 | 4:45 | 3 | | 6 | |
| vuelta 5 | 3.25 | 16:52 | 5:11 | 2 | 1:08 | 3 | 1:08 | 16.25 | 1:18:44 | 4:50 | 1 | - | 1 | - |
| vuelta 6 | 3.25 | 17:53 | 5:30 | 2 | 1:37 | 3 | 1:37 | 19.50 | 1:36:37 | 4:57 | 1 | - | 1 | - |
| última vuelta me | 3.25 | 19:13 | 5:54 | 2 | 2:21 | 3 | 2:21 | 22.75 | 1:55:50 | 5:05 | 2 | 7:01 | 3 | 7:01 |